

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

Гарасова

А.Ф.Гарасова

МЕНЮ

«05» Февраля 2026г (9й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х л.	С 3-х до 7 л.	С 1 л. до 3 л.	С 3 до 7 л.
Каша пшеничная молочная с маслом	140/3	180/3	117.34	184.24
Чай с молоком с сахаром	180/6	180/6	75.76	75.76
Бутерброд с сыром с маслом	25/5/5	30/5/5	115.67	128.77
2-ой завтрак				
Фрукты свежие	100	100	43	433.0
Обед				
Салат из моркови с сахаром	40	60	20.92	31.38
Суп -ланша домашняя на бульоне из индейки	150	180	69.45	83.34
Гуляш из отварной индейки/ каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	30/30/110/2	40/40/130/3	92.63/170.14	123.51/205.57
Кисель	150	180	63	75.24
Хлеб ржаной	35	45	69.23	89.19
Уплотненный полдник				
кисломолочный напиток	150	180	76	92
Котлеты рыбные/картофель запеченный	50/120	70/140	72.63/182.40	101.72/212.80
Булочка сладкая	35	50	123.90	151
Хлеб пшеничный	20	30	47.0	70.57
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21.78	26.48
Белки/ Жиры/ Углеводы			49.70/40.69/187.98	63.84/51.75/236.66
Итого килокалорий			1360,56	1694,27

Ст.мед.сестра
Повар

Г.Родионова
Санкова Т.В.
Куликова
Куникова Т.Н.